Migrant Diary 2017

ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား

ဒိုင်ယာရီ ၂၀၁၇

Burmese Version

ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား ဒိုင်ယာရီ ၂၀၁၇

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

❖ ထုတ်ဝေသည့်နှစ်	၁၈ ဒီဇင်ဘာ ၂၀၁၆
❖ ထုတ်ဝေသူ	မက် (ပ်) ဖောင်ဒေးရှင်း
❖ စီစဉ်သူ	တုမ်မောက်ဟန်
❖ စာအုပ်အပြင်အဆင်	စိုင်းယွတ်
❖ ဘာသာပြန်	ခမ်းအိန် ၊ ယိင်းဟွမ်
❖ အုပ်ရေ	၅၀၀၀

အလုပ်သမား နေ့စဉ်မှတ်တမ်း ၂၀၁၇

အမည် --သွေးအုပ်စု--------------------------

နေထိုင်ခွင့်လက်မှတ် ------------------------------ -------------------------------------

ပန်းရောင်ကဒ် / ယာယီပတ်စ်ပို့စ် --

အလုပ်သမားမှတ်ပုံတင်အမှတ်---

ကျန်းမာရေးအာမခံကဒ်အမှတ်---

အလုပ်အကိုင် --

ဖုန်းနံပါတ် ---

အလုပ်အကိုင်တည်နေရာလိပ်စာ ---

အလုပ်ရှင်အမည်နှင့် မိသားစုအမည် ---

အလုပ်ရှင်၏ဖုန်းနံပါတ် ---

အရေးပေါ်ပါက ဆက်သွယ်ရန် အရင်းနှီးဆုံးပုဂ္ဂိုလ် ---------------------------------------

----

ဤစာအုပ်သည် ထိုင်းနိုင်ငံရောက် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားအတွက်သာ ရည်ရွယ်ထုတ်ဝေခြင်းဖြစ်သဖြင့် အများပြည်သူရုံးပိတ်ရက်များ၊ သိသင့်ဖွယ်ရာ အချက်အလက်များမှာလည်း ထိုင်းနိုင်ငံအပေါ်သာ အခြေပြုဖော်ပြထားပါသည်။ ဇယားကွက်တွင်းရှိရက်များမှာ တရားဝင်ရက်များဖြစ်သည်။

ထိုင်းနိုင်ငံဗီဇာအကြောင်း
(နိုင်ငံကူးလက်မှတ်ကိုင်ဆောင်သူများအတွက်)

ပြည်ထဲရေးဝန်ကြီးဌာန ၁ / ၂၀၁၅ ခုနှစ် အမိန့်အရ ထိုင်းနိုင်ငံထဲသို့ ဝင်ရောက်လာခွင့်မရသော နိုင်ငံခြားသားများ

☞ ထိုင်းနိုင်ငံထဲသို့ဝင်လာပါက သင်နေထိုင်ခွင့်ရသည့် နောက်ဆုံးရက်အားမမေ့ပါနဲ့ ပြီးတော့ ထိုနေထိုင်ခွင့်ပေးထားသည့်ရက်ထက် ကျော်လွန်ပြီးမနေပါနဲ့။

☞ ခွင့်ပြုပေးထားသည့်ရက်ထက် ကျော်လွန်ပြီးနေထိုင်ခဲ့ပါက ပြဋ္ဌာန်းထားသည့် (၂၀၁၆ ခုနှစ် မတ်လ ၂၀ ရက်နေ့) အမိန့်အရ သင်သည် ထိုင်းနိုင်ငံမှ ထွက်ခွာသွားရပါမည်။

☞ ခွင့်ပြုပေးထားသည့်ရက်ထက် ကျော်လွန်ပြီးနေထိုင်ခဲ့ပါက ပြဋ္ဌာန်းထားသည့် (၂၀၁၆ ခုနှစ် မတ်လ ၂၀ ရက်နေ့) အမိန့်အရ ထိုင်းနိုင်ငံမှထွက်ခွာမသွားမည် သင်သည် အောက်ပါ၌ အသေးစိတ်ဖော်ပြထားသည့်အတိုင်း ထိုင်းနိုင်ငံထဲသို့ ပြန်ဝင်လာဖို့ တားမြစ်ခြင်းခံရမည် ဖြစ်ပါသည်။

နိုင်ငံခြားသားသည် ထိုင်းအာဏာပိုင်များလက်ထဲသို့ လာရောက်အဖမ်းခံရမည်

(၃ . ၁) ခွင့်ပြုပေးထားသည့်ရက်ထက် ရက်ပေါင်း (၉၀) ကျော်လွန်ပြီး နေထိုင်နေသော နိုင်ငံခြားသားသည် ထိုင်းနိုင်ငံထဲသို့ ပြန်ဝင်လာဖို့ (၁ နှစ်) တားမြစ်ပိတ်ပင်ခြင်းခံရာ သူ/သူမ ထွက်ခွာသွားသည့်ရက်မှ စတင်ရေတွက်မည်ဖြစ်ပါသည်။

(၃ . ၂) ခွင့်ပြုပေးထားသည့်ရက်ထက် (၁ နှစ်) ကျော်လွန်ပြီး နေထိုင်နေသော နိုင်ငံခြားသားသည် ထိုင်းနိုင်ငံထဲသို့ ပြန်ဝင်လာဖို့ (၃ နှစ်) တားမြစ်ပိတ်ပင်ခြင်းခံရာ သူ/သူမ ထွက်ခွာသွားသည့်ရက်မှ စတင်ရေတွက်မည်ဖြစ်ပါသည်။

- (၃.၃) ခွင့်ပြုပေးထားသည့်ရက်ထက် (၃ နှစ်) ကျော်လွန်ပြီး နေထိုင်နေသော နိုင်ငံခြားသားသည် ထိုင်းနိုင်ငံထဲသို့ ပြန်ဝင်လာဖို့ (၅ နှစ်) တားမြစ်ပိတ်ပင်ခြင်းခံရာ သူ/သူမ ထွက်ခွာသွားသည့်ရက်မှ စတင်ရေတွက်မည်ဖြစ်ပါသည်။

- (၃.၄) ခွင့်ပြုပေးထားသည့်ရက်ထက် (၅ နှစ်) ကျော်လွန်ပြီး နေထိုင်နေသော နိုင်ငံခြားသားသည် ထိုင်းနိုင်ငံထဲသို့ ပြန်ဝင်လာဖို့ (၁၀ နှစ်) တားမြစ်ပိတ်ပင်ခြင်းခံရာ သူ/သူမ ထွက်ခွာသွားသည့်ရက်မှ စတင်ရေတွက်မည်ဖြစ်ပါသည်။

နိုင်ငံခြားသားသည် အဖမ်းခံရမည် တရားစွဲခံရမည်ဆိုလျှင်

- (၃.၄.၁) ခွင့်ပြုပေးထားသည့်ရက်ထက် (၁ နှစ်အောက် သို့မဟုတ် ၁ နှစ်တိတိ) ကျော်လွန်ပြီး နေထိုင်နေသော နိုင်ငံခြားသားသည် ထိုင်းနိုင်ငံထဲသို့ ပြန်ဝင်လာဖို့ (၅ နှစ်) တားမြစ်ပိတ်ပင်ခြင်းခံရာ သူ/သူမ ထွက်ခွာသွားသည့်ရက်မှ စတင်ရေတွက်မည်ဖြစ်ပါသည်။

- (၃.၄.၂) ခွင့်ပြုပေးထားသည့်ရက် (၁ နှစ်) ထက်ကျော်လွန်ပြီး နေထိုင်နေသော နိုင်ငံခြားသားသည် ထိုင်းနိုင်ငံထဲသို့ ပြန်ဝင်လာဖို့ (၁၀ နှစ်) တားမြစ်ပိတ်ပင်ခြင်းခံရာ သူ/သူမ ထွက်ခွာသွားသည့်ရက်မှ စတင်ရေတွက်မည်ဖြစ်ပါသည်။

- (၄) ခွင့်ပြုပေးထားသည့်ရက်ထက် ကျော်လွန်ပြီးနေထိုင်နေသော နိုင်ငံခြားသားသည် (၂၀၁၆ ခုနှစ်မတ်လ ၂၀ ရက်နေ့) အမိန့်အရ သင်သည် လူဝင်မှုကြီးကြပ်ရေးဂိတ်၌ အာဏာပိုင်များရဲ့ လက်ထဲ အဖမ်းခံရမည်ဖြစ်သည်။ သင်သည် တစ်နေ့ဒဏ်ငွေ ဘတ် (၅၀၀) ဒဏ်တပ်ခံရမည် သို့သော် ဘတ်ငွေ ၂၀၀၀၀ ထက်မပိုသောဒဏ်ငွေအား ဒဏ်တပ်ခံရပြီးမှ ထိုင်းနိုင်ငံမှ ထွက်ခွာသွားခွင့်ပေးမည်ဖြစ်ပါသည်။

www.overstay.immigration.go.th/advice.html

သဘာဝဘေးအန္တရာယ်ဆိုတာ ဘာလဲ

သဘာဝက သူ့အလိုအလျောက် ဖြစ်ပေါ်လာပြီး လူသားတွေ၊ အိုးအိမ်ပစ္စည်းဥစ္စာ တိရစ္ဆာန် သက်ရှိသက်မဲ့ စသည့်တို့ကို ပျက်စီးစေသော အန္တရာယ်ကိုဆိုလိုသည်။ သဘာဝဘေးအန္တရာယ် များမှာ မီးဘေး၊ ရေဘေး၊ လေဘေး၊ မိုးကြိုး၊ မြေငလျင်၊ ဆူနာမိ၊ မုန်တိုင်း၊ မီးတောင်ပေါက်ကွဲခြင်း၊ မြေပြိုခြင်း၊ ခေတ်ပေါ်ကူးစက်ရောဂါများ၊ အပူလွန်ကဲခြင်း၊ အအေးလွန်ကဲခြင်း စသည်တို့ဖြစ်ကြပြီး နိုင်ငံဒေသအလိုက် ကြုံတွေ့ရခြင်းများကွဲပြားသည်။

လူသားများသည် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်အား မှီခိုနေကြရသောကြောင့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်အား ထိန်းသိမ်းကြရန် လူသားတိုင်းတွင် တာဝန်ရှိသည်။ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်များကို မဖြစ်ခင်ကြိုတင်ပြင်ဆင် ကာကွယ်ပြီး၊ ဖြစ်နေစဉ်တွင် ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းနိုင်သလို ဖြစ်ပြီးနောက်ပိုင်း ပြန်လည် ထူထောင်နိုင်သည်။ တချို့သော သဘာဝဘေးအန္တရာယ်များသည် တားဆီးလို့မရနိုင်ပေမဲ့ ဖြစ်ပွားမှုနှုန်းကိုလျော့ချနိုင်သည်။

ထို့ကြောင့် သဘာဝဘေးအန္တရာယ် အသိပညာတိုးပွားရန် နှင့် သဘာဝဘေးအန္တရာယ် များမဖြစ်ခင်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ကာကွယ်ရန်အတွက် MAP Foundation ကျောင်းဘေးကင်းလုံခြုံရေးစီမံကိန်းကို ၂၀၁၅ ခုနှစ်မှစပြီး မဲဆောက်မြို့ရှိ စာသင်ကျောင်း (၃) ကျောင်းတွင် လှုပ်ရှားမှု၊ ပညာပေးမှု အစီအစဉ်များပြုလုပ်ခဲ့သည်။

စီမံကိန်း၏ရည်ရွယ်ချက်များမှာ

❶ အစိုးရများအနေဖြင့် လက်လှမ်းမမှီသော အုပ်စုများဆီသို့ သွားရောက်ပြီးလိုအပ်ချက်များကို တက်ကြွစွာပူးပေါင်းပါဝင်လာစေ၍ တာဝန်ယူကူညီထောက်ပံ့ပေးခြင်းများ ပြုလုပ်လာစေရန်

❷ လက်လှမ်းမှီသော ကလေးသူငယ်များ၊ လူငယ်များနှင့် ၎င်းတို့၏ အသိုင်းဝိုင်းများ အသိပညာ များတိုးတက်မြင့်မားလာရန်နှင့်

❸ မိတ်ဖက်အဖွဲ့အစည်းအတွင်း တဖွဲ့ချင်းစီ၏ ရည်မှန်းချက်များကို ရောက်ရှိဖို့ အရည်အချင်း များ မြှင့်တင်ပေးရန်စသည်တို့ဖြစ်ပါသည်။

ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား ကူညီရေးဗဟိုဌာန

ထိုင်းနိုင်ငံရောက် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားတွေအနေနဲ့ လုပ်ငန်းခွင်ဆိုင်ရာပြဿနာတွေ ကြုံလာရင် လိုအပ်သလို အကြံပေးနိုင်ဖို့ ထိုင်းအလုပ်သမား ညွှန်ကြားရေးဦးစီးဌာန ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်ရဲ့ လမ်းညွှန်ချက်နဲ့ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားကူညီရေး ဗဟိုဌာနပေါင်း (၁၀) ခုကို ဖွင့်လှစ်ထားရှိပါတယ်။ ဒါကြောင့် အလုပ်သမားတွေအနေနဲ့ ပြဿနာအခက်အခဲတွေ ကြုံလာရင် အောက်ပါဗဟိုဌာနတွေမှာ သွားရောက်ဆက်သွယ်နိုင်ပါတယ်။

☎ အခြေခံအလုပ်သမားကူညီရေးဗဟိုဌာန ချင်းမိုင်ခရိုင် – ၀၈၉ ၁၂၃၄ ၂၅၀
☎ အခြေခံအလုပ်သမားကူညီရေးဗဟိုဌာန တာ့ခ်ခရိုင် – ၀၅၅ ၅၃၁ ၄၄၀
☎ အခြေခံအလုပ်သမားကူညီရေးဗဟိုဌာန ဆမွတ်ပရာကန်ခရိုင် – ၀၂ ၇၅၉ ၆၁၆၀ လိုင်းခွဲ ၁၆
☎ အခြေခံအလုပ်သမားကူညီရေးဗဟိုဌာန ချွန်းပူးရီးခရိုင် – ၀၃၈ ၃၉၈ ၀၅၇
☎ အခြေခံအလုပ်သမားကူညီရေးဗဟိုဌာန ဆုန်ခလာခရိုင် – ၀၈၈ ၅၉၁၀ ၀၉၁

ထိုင်းနိုင်ငံမှာ အလုပ်လုပ်စဉ် သိဖွယ်ရာ

မက် (ပ်) ဖောင်ဒေးရှင်း (တိုင်းရင်းသားအလုပ်သမား ကျန်းမာရေး နှင့် အသိပညာပေးရေး အစီအစဉ်) ဟာ ထိုင်းနိုင်ငံထဲ ဝင်ရောက်လုပ်ကိုင်နေကြတဲ့ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများအတွက် အတိုင်ပင်ခံပြုခြင်း၊ အမှုအခင်းဆိုင်ရာကိစ္စ ကူညီဆောင်ရွက်ပေးခြင်းလုပ်ငန်းတွေ လုပ်ဆောင်လာတာ နှစ် ၂၀ တိုင်ခဲ့ပြီ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီအချိန်ကာလ အတောအတွင်း ကျွန်ုပ်တို့အတွေ့အကြုံအရ အလုပ်သမားတွေမှာ လုပ်အားခမရခြင်း၊ လုပ်ငန်းခွင်မှာခေါင်းပုံဖြတ်အမြတ်ထုတ်ခံရခြင်း၊ လုပ်ငန်းခွင်မှာ မတော်တဆထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်း သေဆုံးခြင်း အစရှိတဲ့ပြဿနာအခက်အခဲတွေ မြောက်များစွာရှိနေတယ်ဆိုတာ သိရပါတယ်။ အဲဒီလို အခက်အခဲတွေ ကြုံရတာဟာ အလုပ်သမားတွေအနေနဲ့ သတင်းအချက်အလက်တွေမရတာ၊ မိမိရပိုင်ခွင့် အခွင့်အရေးတွေမသိတာ ၊ အခွင့်အရေးရအောင် ချဉ်းကပ်တဲ့ လမ်းကြောင်းတွေ မသိတာကြောင့် တစုံတခုဖြစ်ပြီဆိုရင် အလုပ်ရှင်ဆီကကူညီထောက်ပံ့မှု၊ လျော်ကြေးငွေမရတာတွေ ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။

တချို့တွေဆို အချည်းနှီး ထိခိုက်နာကျင်ရတာ သေဆုံးတာတွေ ၊ တခါတရံလည်း အလုပ်ရှင်က ဆေးကုသပေးရုံသာရှိပြီး လျော်ကြေးမရတာတွေရှိပါတယ်။ ဒီလိုအကြောင်းတွေကြောင့် အလုပ်သမားတွေအားလုံး မိမိရသင့်ရထိုက်သော အခွင့်အရေးတွေ ရရှိနိုင်ဖို့ သိသင့်သိထိုက်တာတွေသိထားရအောင်လို့ ၊ ဆျမ်းဘာသာ ၊ မြန်မာဘာသာ ၊ ထိုင်းဘာသာတွေနဲ့ မေးမြန်းတိုင်ပင်နိုင်ဖို့ အခမဲ့ဝန်ဆောင်ပေးနေတဲ့ နေရာတစ်ခုကို ညွှန်ပေးလိုက်ရပါတယ်။

ဆက်သွယ်ရန် မက် (ပ်) ဖောင်ဒေးရှင်း (MAP Foundation)

တနင်္လာနေ့မှ သောကြာနေ့ မနက် ၉ နာရီမှ ညနေ ၅ နာရီထိ
ရုံးဖုန်း - ၀၅၃ ၈၁၁ ၂၀၂
ပိတ်ရက် - စနေ၊ တနင်္ဂနွေ နှင့် အစိုးရရုံးပိတ်ရက်များ။

(၂၄ - နာရီဆက်သွယ်ရန်)
လက်ကိုင်ဖုန်း - ၀၉၉ ၁၃၉ ၁၂၀၂

တီဘီ TB လက္ခဏာများ

မိမိကျန်းမာရေးအတွက် နှင့် မိမိချစ်သော မိသားစုအတွက် အန္တရာယ်ကင်းစေရန်အတွက် အကယ်၍ မိမိတွင်

- ၂ ပတ်ကြာချောင်းဆိုးခဲ့လျှင်
- ချောင်းဆိုးရာတွင် သွေးများပါလာခြင်း၊ အဆက်မပျက်ချောင်းဆိုးခြင်း
- ရက်အနည်းငယ်အတွင်း ကိုယ်အလေးချိန် သိသိသာသာကျကျခြင်း
- ညနေပိုင်းတွင် ပုံမှန်မဟုတ်သော ချွေးစေးများထွက်ခြင်း
- အဖျားအနည်းငယ်ရှိခြင်းစသည့် လက္ခဏာများခံစားရပါက ဆေးရုံသို့သွားပြီး တတ်ကျွမ်းသော ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများထံမှ စစ်ဆေးကုသမှုကို အမြန်ဆုံးခံယူရန်လိုအပ်ပါသည်။ သို့မဟုတ် မက် (ပ်) အခြေခံကျန်းမာရေးဌာနသို့ တနင်္လာ မှ သောကြာထိ နံနက် ၉ နာရီမှ ညနေ ၅ နာရီထိ ၀၅၃ ၈၁၁ ၂၀၂ ဖုန်းနံပါတ်သို့ ဆက်သွယ်ပြီး လိုအပ်သော သတင်းအချက်အလက်နှင့် အကူအညီများကို တောင်းခံနိုင်ပါသည်။

✍ စာရေးသားသူ – Hark Murng

ထိုင်းနိုင်ငံမှုခင်းနှိမ်နင်းရေးရဲတပ်ဖွဲ့၏ နည်းပညာဆိုင်ရာ ဥပဒေများအနက် ထောင်ဒဏ်ကျနိုင်သည့် ကွန်ပျူတာဥပဒေများ

အောက်ပါ ပြုမူဆောင်ရွက်ချက် (၁၀) ချက် ကျူးလွန်မိသော ပြည်သူများသည် ထောင်ကျသည်အထိ ပြစ်ဒဏ်ကျနိုင်ပါသည်။

❶ **လိင်ညစ်ညမ်းရုပ်ပုံများတင်ပြခြင်း။** ဒဏ်ငွေဘတ်တစ်သိန်းထက်မပို သို့မဟုတ် ထောင်ဒဏ် ၅ နှစ်ထက်မပို ၊ သို့မဟုတ် ထောင်ဒဏ်ရော ငွေဒဏ်ပါ ၂ ရပ်လုံးကျနိုင်သည်။

❷ **ကောလဟာလ သတင်းဌာနအသွင်လုပ်ဆောင်ခြင်း။** ဒဏ်ငွေ ဘတ်တစ်သိန်းထက်မပို သို့မဟုတ် ထောင်ဒဏ် ၅ နှစ်ထက်မပို ၊ သို့မဟုတ် ထောင်ဒဏ်ရော ငွေဒဏ်ပါ ၂ ရပ်လုံး ကျနိုင်သည်။

❸ **ရုပ်ပုံ၊ ဓာတ်ပုံ၊ ဗွီဒီယိုများကို တပါးသူအား ထိခိုက်အောင်ပြုပြင်တည်းဖြတ်ကာ မိမိတတ်ကျွမ်းမှုကိုလွဲမှားစွာအသုံးပြုခြင်း။** ဒဏ်ငွေဘတ် ၆ သောင်းထက်မပို သို့မဟုတ် ထောင်ဒဏ် ၃ နှစ်ထက်မပို ၊ သို့မဟုတ် ထောင်ဒဏ်ရော ငွေဒဏ်ပါ ၂ ရပ်လုံးကျနိုင်သည်။

❹ **မိမိအကျိုးစီးပွားအတွက် တပါးသူအချက်အလက်များကို ခိုးယူသိမ်းဆည်းထားခြင်း။** ခိုးမှုအပါအဝင် မူပိုင်ဥပဒေ ၊ ကွန်ပျူတာဥပဒေများဖြင့် အရေးယူခံရမည်။

❺ **အိုင်တီနည်းပညာအသုံးပြု၍ တပါးသူအား အပုတ်ချဂျောက်တွန်းခြင်း။** ဒဏ်ငွေဘတ်တစ်သိန်းထက်မပို သို့မဟုတ် ထောင်ဒဏ် ၅ နှစ်ထက်မပို ၊ သို့မဟုတ် ထောင်ဒဏ်ရော ငွေဒဏ်ပါ ၂ ရပ်လုံးကျနိုင်သည်။

❻ **သူတပါး အိုင်ဒီ (Username) သို့မဟုတ် လျှို့ဝှက်အမှတ် (Password) ကိုအသုံးပြုကာ တပါးသူ ကိုယ်ပိုင်အခွင့်အရေးကို ချိုးဖောက်ခြင်း။** ထောင်ဒဏ်ရော ငွေဒဏ်ပါ ၂ ရပ်လုံး ကျနိုင်သည်။

❼ **သူတပါးဖိုင်လ်ကို ပျက်စီးအောင်ပြုပြင်ခြင်း၊ ဖျက်ပစ်ခြင်းများပြုလုပ်ခြင်း။** ဒဏ်ငွေ ဘတ်တစ်သိန်းထက်မပို သို့မဟုတ် ထောင်ဒဏ် ၅ နှစ်ထက်မပို ၊ သို့မဟုတ် ထောင်ဒဏ်ရော ငွေဒဏ်ပါ ၂ ရပ်လုံးကျနိုင်သည်။

❽ **တပါးသူအားလှည့်ဖျားသော ပုံနှင့်အချက်အလက်များ ဖြန့်ဝေနှောက်ယှက်ခြင်း (ဥပမာ ဘုန်းကြီးအိပ်မက်ကို ၉ ရက်အတွင်း လူ ၉ ဦးအား ဆက်ပို့ပါက ထီပေါက်မည် မပို့ပါက အန္တရာယ်ကြုံမည်) ကဲ့သို့သောစာများဖြန့်ဝေခြင်း။** ဒဏ်ငွေဘတ် တစ်သိန်းထက်မပို ကျခံနိုင်သည်။

❾ အချက်အလက် အမှားအမှန်ကို စစ်ဆေးခြင်းမရှိဘဲ မိမိကွန်ယက်စာမျက်နှာ ဖေ့စ်ဘုတ် / လိုင်း/ တွီစ်တာ များပေါ်တင်ကာ တပါးသူအား ဆက်လက်ဖြန့်ဝေ (ရှယ်း) စေခြင်း။

❿ ထိုင်းတော်ဝင် နှင့် ထီးနန်းအား ထိခိုက်စေသော အချက်အလက် အသုံးအနှုန်းများအား ပို့စ်တင်ခြင်း၊ ဝက်ပ်ဆိုက်များဖွင့်၍ ဝေဖန်တိုက်ခိုက်ခြင်းတို့သည် ထိုင်းနိုင်ငံ၏ လုံခြုံရေးနှင့် အချုပ်အခြာအာဏာကို ထိပါးစေသဖြင့် ရာဇဝတ်မှုဥပဒေအရ ပြင်းထန်စွာ အရေးယူခံရမည်ဖြစ်သလို ကွန်ပျူတာဥပဒေအရ ထောက်ဒဏ် ၁၅ နှစ်ထိ ကျခံရနိုင်သည်။

(အချက်အလက်) ထိုင်းနိုင်ငံ ရာဇဝတ် နှင့် ပြစ်မှုနှိမ်နင်းရေးဌာန အိုင်တီ (Technology) ပြစ်မှုဆိုင်ရာဥပဒေများ)

ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများအတွက် လေ့လာနိုင်သည့်ဌာန

Heath Testing Center and Drop in Center

မက် (ပ်) ဖောင်ဒေးရှင်းမှ ဖွင့်လှစ်ထားသည့် အခြေခံကျန်းမာရေးပညာပေးဌာနမှ HTC (ခေါ်) ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများအတွက် လေ့လာသည့်နေရာတွင် အိတ်ချ်အိုင်ဗွီ HIV ပိုးရှိမရှိ သွေးစစ်ဆေးပြီး တစ်ရက်ထဲနဲ့အဖြေသိနိုင်အောင် ခေတ်မှီပစ္စည်းများအသုံးပြုထားသည်။ HIV ကို ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများအတွက် အချိန်ကုန်သက်သာပြီး သွေးစစ်နိုင်ရန်၊ သွေးစစ်ဆေးသည့် အဆင့်များနားလည်နိုင်ရန် နှင့် ပြုစုကုသပေးသည့် အဆင့်ရောက်ရှိနိုင်ရန်အတွက် ရည်ရွယ်ပြီး ဖွင့်လှစ်လိုက်ခြင်းဖြစ်သည်။

အဖွဲ့၏လှုပ်ရှားမှုများမှာ

1. အမည်စာရင်းပေးသွင်းခြင်း
2. သွေးမစစ်ခင် တိုင်ပင် ဆွေးနွေးပေးခြင်း
3. သွေးစစ်ဆေးခြင်း
4. သွေးစစ်ဆေးပြီး တိုင်ပင်ဆွေးနွေးပေးခြင်း
5. စစ်ဆေးထားသည့် သွေးရလဒ်များပြောပြခြင်း
6. ကုသသည့်အဆင့်ရောက်နိုင်အောင် ကူညီပေးခြင်း

သွေးစစ်ဆေးပေးသည့်အပြင် အိတ်ချ်အိုင်ဗွီ HIV ၊ အေအိုင်ဒီအက် AIDS ၊ တီဘီ TB ၊ လိင်ဆက်ဆံမှုကြောင့် ကူးစက်တတ်သောရောဂါ နှင့် မျိုးဆက်ပွားခြင်းဆိုင်ရာအကြောင်းများ နှင့် ပတ်သက်သည့် အသိပညာပေးသင်တန်းတိုများကိုလည်း ဖွင့်လှစ်သင်ကြားပေးပါသည်။ ထိုမျှမက အိတ်ချ်အိုင်ဗွီ HIV ကူးဆက်ခံရသူများအချင်းချင်း တွေ့ဆုံနိုင်သည့်နေရာဖြစ်သည်။ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများအနေဖြင့် အလုပ်သမားအခွင့်အရေးအသိများရရှိနိုင်ခြင်း၊ စာအုပ်မျိုးစုံဖတ်နိုင်ခြင်း၊ မက်(ပ်)အဖွဲ့မှထုတ်သည့်ပညာပေးစာစောင်များရယူနိုင်ခြင်းနှင့်ကွန်ဒုံးများယူနိုင်ခြင်းသာမက ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများအတွက် စည်းဝေးမှုပြုလုပ်ပြီး စုပေါင်းလှုပ်ရှားနိုင်သည့် နေရာလည်းဖြစ်သည်။ ရွှေ့ပြောင်းဆေးခန်း Mobile Clinic ဖြစ်ပြီး လိုအပ်လျှင် ဆေးရုံသို့ ပို့ပေးသည့်နေရာလည်းဖြစ်သည်။

ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများ လေ့လာသည့်ဌာနတည်ရှိရာနေရာမှာ ချင်းမိုင်ခရိုင် Ampur Muang မြို့နယ်အတွင်းရှိ Tesco lotus ခမ်းထိန့် အနောက်ဘက်တွင်တည်ရှိပြီး ကြာသပတေးနေ့မှ တနင်္ဂနွေနေ့ထိ နံနက် ၁၀ နာရီမှ ည ၇ နာရီထိ ဖွင့်လှစ်ထားပါသည်။ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများ၏ ဘာသာစကားနားလည်တတ်ကျွမ်းသော တာဝန်ရှိဝန်ထမ်းများမှ အလှည့်ကျတာဝန်ယူပြီး ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများအတွက် သိချင်သည့်အချက်အလက်များအား ဆွေးနွေးမှုပေးပြီး ကြာသပတေး နှင့် စနေနေ့တွင် အသည်းရောင် အသားဝါ ဘီပိုး ၊ စီပိုး ၊ ဆစ်ဖလစ် နှင့် အိတ်ချ်အိုင်ဗွီရောဂါပိုးကို ညနေ ၅ နာရီမှ ၇ နာရီအထိ စစ်ဆေးပေးနေပါသည်။

HTC အပြင် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများနေထိုင်သည့် နေရာများထဲတွင် Drop In Center ကိုပါဖွင့်လှစ်ထားသည်။ Drop In Center တွင်လည်း ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများ လေ့လာနိုင်ရန်အတွက် ၊ အိတ်ချ်အိုင်ဗွီ ၊ အေအိုင်ဒီအက် AIDS ၊ တီဘီ ၊ လိင်ဆက်ဆံခြင်းကြောင့် ကူးစက်ရောဂါများအကြောင်း၊ မျိုးဆက်ပွားအကြောင်းများ သိရှိနိုင်ရန်အတွက် ပညာပေးသင်တန်း၊ အပြန်အလှန်တိုင်ပင်ဆွေးနွေးနိုင်ရန်အတွက် နှင့် အစည်းအဝေးများပြုလုပ်ပေးပါသည်။

ထို့အပြင်ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများအတွက်အလုပ်သမားအခွင့်အရေးများနှင့်ပတ်သက်သည့် အသိပညာများရရှိနိုင်ခြင်း၊ စာအုပ်မျိုးစုံငှားဖတ်နိုင်ခြင်း၊ မက် (ပ်) ဖောင်ဒေးရှင်းမှထုတ်သည့် ပညာပေးစာစောင်များယူနိုင်ခြင်း နှင့် ကွန်ဒုံးများ လာရောက်ယူနိုင်သည်။ **Drop In Center** ရုံးကို **Hang Dong** မြို့နယ်ထဲတွင် ဖွင့်လှစ်ထားပြီး ကြာသပတေးနေ့မှ တနင်္ဂနွေနေ့ထိ နံနက် ၁၀ နာရီမှ ည ၇ နာရီအထိ ဖွင့်လှစ်ထားပါသည်။

✍ စာရေးသားသူ – Hark Murng

photographer: Hark Murng

မီဒီယာကိုလက်လှမ်းမှီခြင်း

တိုးတက်ပြောင်းလဲလာတဲ့ အခုခေတ်ကာလမှာ ဆက်သွယ်ရေးပစ္စည်းတွေလည်း အမယ်စုံပေါ်များလာပါတယ်။ တချို့ပစ္စည်းတွေဆို ဈေးလည်းသိပ်မကြီးတော့ လူတိုင်းလိုပိုင်ဆိုင်နိုင်ကြတယ်။ ဥပမာ ကွန်ပျူတာ၊ အိုင်ပက်၊ စမတ်ဖုန်း စတဲ့ပစ္စည်းတွေဆိုရင် လူငယ်ရောလူကြီးပါ သုံးစွဲနိုင်ကြတယ်၊ တချို့လူငယ်တွေဆိုရင် စမတ်ဖုန်းကို လက်ကတောင် မချပါဘူး၊ မိုးလင်းကနေမိုးချုပ် ဖုန်းတကိုင်ကိုင်နဲ့ဆိုတော့ ဖုန်းနဲ့နေ ဖုန်းနဲ့စားတဲ့ ခေတ်ကာလလို့ ဆိုရမလားမသိပါ။

သတင်းအချက်အလက်တွေရဖို့လည်း မခက်ခဲပါဘူး၊ အရင်ခေတ်လို သတင်းတခုကို လေးငါးရက်နောက်ကျမှ သိရတဲ့အချိန်လည်း မဟုတ်တော့ဘူး ၊ အခုဖြစ် အခုသိရတော့ တကယ်ဘဲအချိန်နဲ့တပြေးညီနေပါတယ်၊ ဒါပေမယ့် တချို့မြို့ပြနဲ့ အလှမ်းဝေးတဲ့နေရာတွေမှာတော့ သတင်းရဖို့အခက်အခဲရှိနေပါသေးတယ်။

မီဒီယာဆက်သွယ်ရေးဆိုတာ ကျွန်ုပ်တို့ နေထိုင်သွားလာမှုလုပ်ငန်းစဉ်တွေ ဆုံးဖြတ်ချက်ချနိုင်ရေးတွေအတွက် အရေးကြီးတယ်ဆိုတာ ဘယ်သူမှမငြင်းနိုင်ပါဘူး၊ ဒါကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့ဟာ သတင်းအချက်အလက်ကို အချိန်နဲ့တပြေးညီရမယ်ဆိုရင် ရွေးချယ်စရာတွေ အများကြီးရလာမယ်၊ ဘယ်အချက်အလက်က ကိုယ့်အတွက် အကျိုးရှိတယ်၊ ဘယ်အချက်အလက်က ကိုယ့်အတွက် အမိုက်ဖြစ်စေတယ်ဆိုတာသိလာမယ်၊ ဥပမာ ကုန်ပစ္စည်းကြော်ငြာတွေ ဝင်လာရင်လည်းကိုယ့်အတွက် တကယ်အသုံးလိုရဲ့လား ၊ မရှိမဖြစ်ဟုတ်ရဲ့လားဆိုတာတွေ ချင့်ချိန်ပြီးမှ ဝယ်ယူနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။

မီဒီယာနောက် အမှီလိုက်ခြင်းလို့ဆိုရာမှာ ကျွန်ုပ်တို့ လက်ခံရရှိနေတဲ့ တီဗွီ၊ ရေဒီယိုဌာနက သတင်းအချက်အလက်တွေမှာ ရည်ရွယ်ချက် ၊ ရေးသားသူ၊ ထုတ်လုပ်သူတွေ သိရှိမယ်ဆိုရင် အဲဒီသတင်းတွေ၊ အချက်အလက်တွေအပေါ် ဘယ်လောက်ယုံကြည်လက်ခံနိုင်မလဲ ၊ ဘယ်လိုအသုံးဝင်မလဲဆိုတာ ပိုသိလာမှာဖြစ်ပါတယ်။

သတင်းမီဒီယာနောက် အမှီလိုက်နိုင်ဖို့ ၊ အဲဒီသတင်းကို ယုံကြည်မှုရှိဖို့အတွက် လက်ခံသူတွေဘက်က အောက်ပါအချက်တွေနဲ့ ဆုံးဖြတ်နိုင်ပါတယ်။

❶ ဒီမီဒီယာရဲ့ ပိုင်ရှင်ဟာ ဘယ်သူလဲ ?
မီဒီယာဌာနတိုင်းမှာ သူတို့ရဲ့ရည်ရွယ်ချက် ၊ ဆက်သွယ်ရမယ့်လိပ်စာနဲ့ သူတို့ကိုယ်ပိုင်ဟန် ဥပမာ ကင်မရာရှုဒေါင့် ၊ အလင်းအမှောင်၊ တည်းဖြတ်ပုံနဲ့ တင်ဆက်ပုံတွေရှိတယ်။

❷ မီဒီယာက ဘယ်လိုပုံစံနဲ့ တင်ပြသလဲ ?
အချက်အလက်တွေတင်ပြရာမှာ သူတို့ပြောတဲ့ဟာနဲ့ အပြင်မှာဖြစ်ပျက်နေတာ ထပ်တူကျမှုရှိမရှိ၊ ကုန်ပစ္စည်း ကြော်ငြာတယ်ဆိုရင် ဥပမာ (အလှကုန်ပစ္စည်း) ဆိုရင် တကယ်ဝယ်ယူသုံးစွဲသူရဲ့ အတွေ့အကြုံကို မေးမြန်းပြီးမှ ဝယ်သင့်မသင့် ဆုံးဖြတ်နိုင်ပါတယ်။

❸ မီဒီယာရဲ့ ဦးတည်ရာအုပ်စုက ဘာလဲ ?
မီဒီယာက သူတို့ရဲ့ ဦးတည်ရာအုပ်စု ဥပမာ ကလေးတွေဆိုရင် ကာတွန်းရုပ်ကလေးတွေ ၊ သူတို့ကလေးအချင်းချင်းနဲ့ တင်ဆက်လေ့ရှိတယ်၊ လူပျိုအပျိုဆိုရင် သီချင်းတွေ ၊ ဗွီဒီယိုတွေနဲ့လှလှပပ ဆွဲဆောင်မှုရှိအောင်တင်ပြတယ်။

❹ မီဒီယာက ကိုယ့်ကိုဘာဘဲသိစေချင်ပြီး တင်ပြခြင်းမရှိဘဲ ချန်ထားတဲ့အရာတွေပေါ် ဘယ်လိုအမြင်သဘော ထားရှိလဲ ?
တချို့မီဒီယာ ဥပမာ အလှအပပြပြင်ခွဲစိပ်ခြင်း ကြော်ငြာတွေမှာဆိုရင် အလှအပဟာ အရေးကြီးတဲ့အကြောင်းတွေဘဲဦးစားပေးတင်ပြတယ်။မလှပပေမယ့်လည်းအများအကျိုးအတွက်ဆောင်ရွက်ပြီး သူတော်ကောင်းဖြစ်သူ တန်ဖိုးရှိသူတယောက်ဖြစ်တယ်ဆိုတာတော့ မတင်ပြဘူး ။

❺ မီဒီယာက ကိုယ့်ဆီက ဘာကို ယုံကြည်စေချင်သလဲ ၊ ဘာကိုမျှော်လင့်သလဲ ?
မီဒီယာတိုင်းမှာ လက်ခံသူတွေဆီက မျှော်လင့်ချက်အမျိုးမျိုးရှိပါတယ်။ ပစ္စည်းရောင်းတဲ့သူက အမြတ်အစွန်းကောင်းကောင်းလိုချင်တယ်၊ နိုင်ငံရေးသမားတွေက သူတို့ပါတီ မူဝါဒတွေဖြန့်မယ်၊ ဆန္ဒမဲများများရချင်တယ်၊ စီးပွားရေးသမားတွေက များများရောင်းရပြီးအမြတ်များများလိုချင်မယ်။

ဒီမေးခွန်း ၅ ခုကို တွေးပြီးမှ ကိုယ်လက်ခံရရှိနေတဲ့ မီဒီယာဟာ ဘယ်လောက်ယုံကြည်စိတ်ချရသလဲဆိုတာ ချင့်ချိန်ဆုံးဖြတ်နိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။

Myanmar eRadio မှ မက်(ပ်) ရေဒီယို တပ်ဆင်နည်း

MAPradio လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းရေဒီယိုသည် မြန်မာရွှေ့ပြောင်း အလုပ်သမားများအတွက် မသိမဖြစ်သိရှိရန် အရေးကြီးသော သတင်းအချက်အလက်များ၊ ထိုင်းနိုင်ငံအလုပ်သမားဥပဒေနှင့် ပေါ်လစီများ၊ အလုပ်သမားအခွင့်အရေးများ၊ လုပ်ငန်းခွင်ဘေးကင်းလုံခြုံမှုလုပ်ငန်းများ နှင့် မြန်မာရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားဘဝကို ထင်ဟပ်စေသော သတင်းဆောင်းပါးများ၊ ကျန်းမာရေးပညာပေး၊ မတူကွဲပြားသော မြန်မာနိုင်ငံတိုင်းရင်းသားလူမျိုးများတို့ ရိုးရာယဉ်ကျေးမှု ဓလေ့များ၊ ထိုင်းယဉ်ကျေးမှုများ၊ တေးသီချင်းများတောင်းဆိုမှု နှင့် ဟာသပဒေသာစသည့် အစီအစဉ်များအား ထိုင်းဘာသာအပါအဝင် မြန်မာ၊ ကရင်၊ ရခိုင် နှင့် ရှမ်း စသည့် တိုင်းရင်းသားဘာသာများဖြင့် ထုတ်လွှင့်တင်ဆက်ပေးနေပါသည်။

MAPradio လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းရေဒီယို အစီအစဉ်များကို နေ့စဉ်နံနက် ၇း၃၀ မှ ညနေ ၇း၃၀ နာရီအထိ လှိုင်းတိုမီတာ ၁၀၂. ၅ မီဂါဟာဇ်သည် မဲဆောက်မြို့၌ ၄၅ ကီလိုမီတာအတွင်း ဖမ်းယူနားဆင်နိုင်ပြီး၊ လှိုင်းတိုမီတာ ၉၉. ၀၀ မီဂါဟာဇ်သည်လည်းချင်းမိုင်မြို့တွင်း၌ နေ့စဉ်နံနက် ၉း၀၀ မှ ည ၈း၀၀ အထိဖမ်းယူနားဆင်နိုင်ပါသည်။ အင်တာနက်ရှိသော နေရာဒေသများတွင် အွန်လိုင်းများနှင့်လည်း ဝင်ရောက် နားဆင်နိုင်ပါသည်။ Myanmar eRadio Application ကနေ မက် (ပ်) ရေဒီယိုကို တပ်ဆင်ပြီး ဖမ်းယူနားဆင်နိုင်ရန်အတွက် အောက်ပါလမ်းညွှန်အတိုင်းဖြင့် လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသည်။

❶ မိမိဖုန်း Play Store ကို သွားပါ။ Myanmar eRadio ဟုရိုက်ထည့်ပြီးရှာပါ။

❷ ပြီးနောက် Myanmar eRadio Application ပေါ်လာမည် Install ပြီး ဆက်နှိပ်လိုက်ပါ။

❸ ဆက်လက်ပြီး Accept ဆိုသည့် စာလုံးကိုနှိပ်လိုက်ပါ။

❹ Accept ကိုနှိပ်ပြီးသည့်နောက် Myanmar eRadio Application Icon သည် မိမိဖုန်းထဲသို့ရောက်ရှိနေမည်။

❺ နောက်ဆုံးမှာ မိမိဖုန်းထဲသို့ Myanmar eRadio Icon နှိပ်လိုက်ရုံနဲ့ မက် (ပ်) ရေဒီယို ၁၀၂. ၅ မီဂါဟာဇ် နှင့် ၉၉ .၀၀ မီဂါဟာဇ်တို့ ဖမ်းယူနားဆင်နိုင်ပါပြီ။

မြန်မာ လာအိုနှင့် ကမ္ဘောဒီးယား ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမား များ ဒေသပြင်ပသို့ ခရီးထွက်ခြင်းနှင့် အလုပ်ရှင်ပြောင်းခြင်း

၁၃ – ၈ ၂၀၁၆ ရက်နေ့တွင် ချင်းမိုင်ခရိုင် အလုပ်ရှာဖွေရေးရုံးမှ ထုတ်ပြန်ကြေငြာသည်။

ပန်းရောင်ကဒ်ကိုင်ဆောင်ထားသော မြန်မာ လာအို နှင့် ကမ္ဘောဒီးယား ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများ ဒေသပြင်ပသို့ ခရီးထွက်မည်ဆိုပါက အလုပ်ရှင်နှင့်အတူ ခရိုင်ရုံးတွင် သွားရောက်တင်လျှောက်ရမည်ဖြစ်ပြီး တစ်ကြိမ်လျှင် ၇ ရက် (အသွားအပြန်) ခရီးထွက်ခွင့်ရမည်ဖြစ်သည်။ အိမ်ဖော်အလုပ်သမား အလုပ်ရှင်နှင့်အတူ ခရီးထွက်မည်ဆိုပါက ခရီးထွက်ခွင့်လက်မှတ် တောင်းရန်မလိုပါ။ အစိုးရဌာနမှ စစ်ဆေးခဲ့သည်ဆိုပါက မိမိအလုပ်ရှင်နှင့်အတူ ခရီးထွက်ကြောင်းသက်သေကိုလက်မှတ်နှင့်တကွ ပြသနိုင်ပါသည်။ အလုပ်ရှင်နှင့်အတူ ခရီးသွားလာခြင်းမဟုတ်ပါက ခရီးထွက်ခွင့်လက်မှတ်တောင်းပြီး ခရီးထွက်သင့်သည်။ သို့မဟုတ်ပါက အစိုးရဌာနမှ စစ်ဆေးမှုပြုလုပ်ခြင်းခံရလျှင်နေထိုင်ခွင့်လက်မှတ် ရုပ်သိမ်းခံရမည့်အပြင် ထိုင်းနိုင်ငံအတွင်းလည်း ဆက်လက်နေထိုင်ခွင့်ရမည်မဟုတ်။

ဥပဒေအပေါ်အခြေခံ၍ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများအားလုံးခရီးသွားမည်ဆိုပါက ခရီးသွားလက်မှတ်နှင့်တကွ ခရီးထွက်သင့်သည် သို့မဟုတ်ပါက ထိုင်းနိုင်ငံအတွင်း ဆက်လက်နေထိုင်ခွင့် (အလုပ်လုပ်ခွင့်) ချက်ချင်း ရုပ်သိမ်းခံရမည်ဖြစ်သည်။

ချင်းမိုင်ဒေသ အလုပ်ရှာဖွေရေးရုံးမှ နန်းယဝဖား ဖိပွန်ဖုံ ပြောကြားချက်အရ ပန်းရောင်ကဒ်ကိုင်ဆောင်ထားသော မြန်မာ လာအိုနှင့် ကမ္ဘောဒီးယားရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများဖြစ်သည့်လက်မှတ်သက်တမ်း မတ်ချ်လ ၃၁ ရက်နေ့ ၂၀၁၈ တွင် ကုန်ဆုံးမည့်အဖွဲ့များအားလုံး ခရီးထွက်မည်ဆိုပါက ခရိုင်ရုံးတွင် ခရီးသွားလက်မှတ် လျှောက်ထားသင့်သည်။ ၄င်းအပြင် အလုပ်ရှင်အပြောင်းအလဲရှိသော အလုပ်သမားအုပ်စုများသည်လည်း အလုပ်ရှင်နုတ်ထွက်စာ အကြောင်းကြားပြီးသည့်ရက်မှစ၍ ၃ ရက်အတောအတွင်း အလုပ်သမားရှာဖွေရေးရုံးတွင် အကြောင်းသွားကြားရမည်။ အလုပ်ဆက်လက်လုပ်ကိုင်ချင်ပါက ၁၅ရက် အတွင်းအလုပ်ရှင်အသစ်ရှာရမည်ဖြစ်သည်။အလုပ်ရှင်မရှိဘဲအလုပ်ဆက်လက်လုပ်ကိုင်ပြီးအစိုးရဌာနမှစစ်ဆေးခြင်းခံရပါက သက်ဆိုင်ရာနယ်စပ်ဒေသသို့ ပြန်လည်ပို့ဆောင်ခံရမည့်အပြင် အလုပ်လုပ်ခွင့်လက်မှတ်များလည်း ရုပ်သိမ်းခံရမည်ဖြစ်ပြီး ထိုင်းနိုင်ငံတွင် ဆက်လက်နေထိုင်ခွင့်ရရှိမည်မဟုတ်။

ခရိုင်အလိုက်လူဝင်မှုကြီးကြပ်ရေး ဖုန်းနံပါတ်များ

✆ ချင်းမိုင်ခရိုင်	၀၅၃ ၂၀၁ ၇၅၆
✆ မယ်ဟောင်ဆောင်	၀၃၅ ၆၁၂ ၁၀၆
✆ ချင်းရိုင်း	၀၅၃ ၇၃၁ ၀၀၈ – ၉
✆ အယုထယား	၀၃၅ ၃၂၂ ၆၆၇
✆ တာခ့်ခရိုင်	၀၃၉ ၅၉၇ ၂၆၁
✆ မဲ့ဆောက်(တာခ့်)	၀၅၅ ၅၆၃ ၀၀၂
✆ ဆမွတ်ဆာခွန်း	၀၃၄ ၈၆၇ ၆၆၆
✆ ဆမွတ်ဆုန်ခရာမ်း	၀၃၄ ၈၆၇ ၆၆၆
✆ ဆမွတ်ပလာကန်း	၀၂၃ ၉၅၀ ၀၂၉
✆ ပထုမ်းထားနီး	၀၂၅ ၉၃၁ ၉၉၁
✆ နွန်ထပူးရီး	၀၂၈ ၃၄၂ ၂၂၃
✆ လနောင်း	၀၇၇ ၈၂၆ ၂၇၄
✆ ချွန်းပူးရီး	၀၃၈ ၂၅၂ ၇၅၀–၄
✆ လယောင်း	၀၃၈ ၆၈၄ ၅၄၄
✆ ဖူးကေတ်	၀၇၆ ၂၂၁ ၉၀၅
✆ ကန်စနပူးရီး	၀၃၄ ၅၆၄ ၂၇၉

✆ ပလာကျုပ်ခီးရီးခန်	၀၃၂ ၈၁၀ ၅၆၇
✆ နခွန်းပထုမ်	၀၃၄ ၃၁၈ ၉၉၆၇
✆ နောင်ခိုင်း	၀၄ ၂၄၂ ၀၂၄၄
✆ အူတွန်းထားနီး	၀၄၂ ၂၄၉ ၉၈၂
✆ ဆကွန်နခွန်း	၀၄၂၇၁၅ ၂၁၉
✆ နခွန်းဖနုံ	၀၄၂ ၅၁၁ ၂၃၅
✆ လွေး	၀၄၂ ၈၂၁ ၉၁၁
✆ ဖန်ငါး	၀၇၆ ၄၆၀ ၅၁၂
✆ ဆူလတ်ထားနီး	၀၇၇ ၃၈၀ ၈၈၁
✆ ဆတွန်း	၀၇၄ ၇၁၁ ၀၈၀
✆ ဟတ်ယိုင်	၀၇၄ ၂၅၀ ၈၀၁ – ၂
✆ ချချိုင်းဆောင်	၀၃၈ ၅၁၄ ၀၁၁

အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာလေဆိပ် လဝကရုံး

✆ Don Muang	၀၂၅ ၃၅၁ ၀၇၁
✆ သုဝဏ္ဏဘုမိ	၀၂၁ ၃၄၀ ၈၄၁ – ၄

ဘန်ကောက်နယ်မြေရှိ
အလုပ်သမားရှာဖွေခန့်ထားရေးရုံး ဖုန်းနံပါတ်များ

ဘန်ကောက်နယ်မြေ (၁)	✆	၀၂ ၂၂၃ ၆၂၁၅ ၊ ၀၂၂ ၂၃၂ ၆၈၄၅ ၊ ၀၂၂ ၂၃၆ ၂၁၅၇
ဘန်ကောက်နယ်မြေ (၂)	✆	၀၂ ၁၀၁ ၁၈၃
ဘန်ကောက်နယ်မြေ (၃)	✆	၀၂ ၆၁၇ ၆၅၆၇ ၊ ၀၂ ၆၁၇ ၆၅၇၉ ၊ ၀၂ ၆၁၇ ၆၅၈၁ – ၈၂
ဘန်ကောက်နယ်မြေ (၄)	✆	၀၂ ၂၁၁ ၉၅၈၄ ၊ ၀၂ ၂၁၁ ၆၂၀၅
ဘန်ကောက်နယ်မြေ (၅)	✆	၀၂ ၄၃၇ ၆၅၇၅ – ၇၆ ၊ ၀၂ ၄၃၇ ၆၅၇၈
ဘန်ကောက်နယ်မြေ (၆)	✆	၀၂ ၄၂၂ ၃၉၁၅ – ၁၇
ဘန်ကောက်နယ်မြေ (၇)	✆	၀၂ ၄၂၇ ၅၉၁၈ ၊ ၀၂ ၄၂၇ ၄၁၁၃
ဘန်ကောက်နယ်မြေ (၈)	✆	၀၂ ၃၉၈ ၆၆၃၀ ၊ ၀၂ ၃၉၈ ၆၆၁၂
ဘန်ကောက်နယ်မြေ (၉)	✆	၀၂ ၅၁၀ ၃၆၀၂ ၊ ၀၂ ၉၄၈ ၆၀၀၈
ဘန်ကောက်နယ်မြေ (၁၀)	✆	၀၂ ၅၄၀ ၇၀၀၃ – ၈

ဘန်ကောက်နယ်မြေရှိအလုပ်သမား ကြီးကြပ်ကာကွယ်ရေးရုံး ဖုန်းနံပါတ်များ

ဘန်ကောက်နယ်မြေ (၁)	☎ ၀၂ ၂၂၁ ၁၈၉၃ ၊ ၀၂ ၂၂၁ ၁၈၉၄
ဘန်ကောက်နယ်မြေ (၂)	☎ ၀၂ ၅၁၃ ၅၁၆၉– ၇၀ ၊ ၀၂ ၅၁၃ ၂၀၄၂
ဘန်ကောက်နယ်မြေ (၃)	☎ ၀၂ ၂၄၇ ၇၉၀၃ ၊ ၀၂ ၂၄၅ ၃၃၇၄
ဘန်ကောက်နယ်မြေ (၄)	☎ ၀၂ ၂၁၂ ၀၆၅၂
ဘန်ကောက်နယ်မြေ (၅)	☎ ၀၂ ၄၃၉ ၀၇၇၂ ၊ ၀၂ ၄၃၉ ၀၇၆၇
ဘန်ကောက်နယ်မြေ (၆)	☎ ၀၂ ၄၄၈ ၅၇၆၄ ၊ ၀၂ ၄၄၈ ၉၁၈၃
ဘန်ကောက်နယ်မြေ (၇)	☎ ၀၂ ၄၂၈ ၉၆၃၀
ဘန်ကောက်နယ်မြေ (၈)	☎ ၀၂ ၃၂၈ ၈၁၇၉ ၊ ၀၂ ၃၂၈ ၇၆၇၂
ဘန်ကောက်နယ်မြေ (၉)	☎ ၀၂ ၅၁၀ ၂၂၄၆
ဘန်ကောက်နယ်မြေ (၁၀)	☎ ၀၂ ၅၄၀ ၅၂၉၈ ၊ ၀၂ ၅၄၀ ၅၁၉၉

အလုပ်သမား ရှာဖွေခန့်ထားရေးရုံး ဖုန်းနံပါတ်

ချင်းမိုင်ခရိုင်	☎	၀၅၃ ၁၁၂ ၇၄၄ – ၆
မဲ့ဟောင်ဆောင်	☎	၀၅၃ ၆၁၁ ၉၇၂ ၀၅၃ ၆၁၁ ၀၈၈
ချင်းရိုင်း	☎	၀၅၃ ၁၅၂ ၀၅၁ – ၄
လမ်းဖွန်း	☎	၀၅၃ ၅၂၅ ၅၄၄ – ၅၀၁ – ၅၁၉
လမ်းပန်း	☎	၀၅၄ ၂၆၅ ၀၄၉
တာခ့်ခရိုင်	☎	၀၅၅ ၅၁၄ – ၅၆၉
မဲ့ဆောက်(တာခ့်)	☎	၀၅၆ ၅၆၃ ၆၃၉ – ၄၀
ဆမွတ်ဆာခွန်း	☎	၀၃၄ ၄၂၆ ၇၅၈ ၊ ၀၃၄ ၈၁၀ ၄၈၉
ဆမွတ်ဆုန်ခရာမ်း	☎	၀၃၄ ၇၁၄ ၅၂၄ ၊ ၀၃၄ ၇၁၆ ၁၁၆
ဆမွတ်ပလာကန်း	☎	၀၂ ၇၅၉ ၆၁၆၀ ၊ ၀၂ ၃၈၃ ၇၄၇၁ – ၃
ပထုမ်းထားနီး	☎	၀၂၅ ၆၇၀ ၆၀၃ ၊ ၀၂ ၅၆၇ ၀၆၃၀ – ၁
နွန်ထပူးရီး	☎	၀၂ ၅၈၀ ၁၄၉၄ ၊ ၀၂ ၉၅၀ ၃၆၉၀ ၊ ၀၂ ၅၉၁ ၇၈၆၉
လယောင်း	☎	၀၇၇ ၈၆၀ ၀၂၆ – ၈ ၊ ၀၈၉ ၈၇၄ ၁၆၀၈

ချွန်းပူးရီး	✆	၀၃၈ ၃၉၈ ၀၅၇ ၊ ၀၃၈ ၃၉၈ ၀၅၁
လနောင်း	✆	၀၇၇ ၈၆၂၀၂၆ – ၈ ၊ ၀၇၇ ၈၆၂ ၀၂၆ – ၈
ဖူးကေတ်	✆	၀၇၆ ၂၁၉ ၆၆၀ – ၁
နခွန်းနိုင်းယုတ်	✆	၀၃၇ ၃၁၂ ၈၆၉ ၊ ၀၃၇ ၃၁၃ ၂၀၄ ၊ ၀၃၇ ၃၁၃ ၁၈၆
ချချိုင်းဆောင်	✆	၀၃၈ ၅၁၄ ၈၄၂ ၊ ၀၃၈ ၅၁၄ ၈၄၃
ပလာကျင်းပူးရီး	✆	၀၃၇ ၄၅၄ ၀၂၂ – ၃
ကန်စနပူးရီး	✆	၀၃၄ ၅၆၄ ၃၁၅ ၊ ၀၃၄ ၅၆၄ ၃၀၉
ဖေ့စ်ပူးရီး	✆	၀၃၂ ၄၈၈ ၃၈၂ – ၃ ၊ ၀၃၂ ၄၁၉ ၆၀၇
ပလာကျုပ်ခီးရီးခန်	✆	၀၃၂ ၆၀၂ ၂၇၀ – ၁၇ – ၁၈ ၊ ၀၃၂ ၆၀၃ ၈၂၃
နခွန်းပထုမ်	✆	၀၃၄ ၂၅၀ ၈၆၁ – ၂ ၊ ၀၃၄ ၂၇၁ ၄၃၄ – ၅
လတ်ပူးရီး	✆	၀၃၂ ၃၂၂ ၂၆၁ – ၂ ၊ ၀၈၆ ၄၃၀ ၇၃၈၄
ဖန်ငါး	✆	၀၇၆ ၄၆၀ ၆၇၁ – ၄
ဆတွန်း	✆	၀၇၄ – ၇၂၂ ၅၁၂ – ၃ ၊ ၀၇၄ ၇၂၂ ၅၁၂ – ၃
ဆုရတ်ထားနီး	✆	၀၇၇ ၃၅၅ ၄၂၆ ၊ ၀၇၇ ၃၅၅ ၄၂၃

အလုပ်သမားကြီးကြပ်ကာကွယ်ရေးရုံး ဖုန်းနံပါတ်များ

ချင်းမိုင်ခရိုင်	✆ ၀၅၃ ၈၉၀ ၄၇၂ – ၃
မယ်ဟောင်ဆောင်	✆ ၀၅၃ ၆၁၂ ၆၀၃
ချင်းရိုင်း	✆ ၀၅၃ ၇၅၀ ၅၁၅ – ၆
လမ်းဖွန်း	✆ ၀၅၃ ၅၂၅ ၆၁၇
လမ်းပန်း	✆ ၀၅၄ ၂၆၅ ၀၃၅
တာခ့်ခရိုင်	✆ ၀၅၅ ၅၁၁ ၅၀၅
မဲ့ဆောက် (တာခ့်)	✆ ၀၅၅ ၅၃၆ ၇၂၉
ဆမွတ်ဆာခွန်း	✆ ၀၃၄ ၄၁၁ ၀၄၀
ဆမွတ်ဆုန်ခရာမ်း	✆ ၀၃၄ ၇၁၁ ၈၉၉
ဆမွတ်ပလာကန်း	✆ ၀၂ ၃၈၄ ၆၆၄၄
ပထုမ်းထားနီး	✆ ၀၂ ၅၆၇ ၆၉၄၅
နွန်ထပူးရီး	✆ ၀၂ ၅၈၀ ၀၇၁၇ ၊ ၀၂ ၅၈၀ ၀၇၁၇ – ၈
လနောင်း	✆ ၀၇၇ ၈၂၆ ၃၀၃

ချွန်းပူးရီး	✆	၀၃၈ ၃၂၃ ၆၆၅
လယောင်း	✆	၀၃၈ ၆၉၄ ၁၁၈ ၊ ၀၃၈ ၆၉၄ ၁၁၉
နခွန်းနိုင်းယုတ်	✆	၀၃၇ ၃၁၁ ၆၈၃
ဖူးကေတ်	✆	၀၇၆ ၂၁၁ ၉၉၅ ၊ ၀၇၆ ၂၂၀ ၇၆၀
ချချိုင်းဆောင်	✆	၀၃၈ ၅၁၁ ၆၀၀
ပလာကျင်းပူးရီး	✆	၀၃၇ ၄၅၄ ၀၂၀
ကန်စနပူးရီး	✆	၀၃၄ ၅၁၁ ၂၅၃
ဖေ့စ်ပူးရီး	✆	၀၃၂ ၄၂၅ ၂၀၉
ပလာကျုပ်ခီးရီးခန်	✆	၀၃၂ ၆၁၁ ၃၅၄ ၊ ၀၃၂ ၆၀၄ ၀၁၁
နခွန်းပထုမ်	✆	၀၃၄ ၃၄၀ ၀၆၈ ၊ ၀၃၄ ၃၄၀ ၀၆၉
လတ်ပူးရီး	✆	၀၃၂ ၃၂၀ ၇၅၆
ဖန်ငါး	✆	၀၇၆ ၄၁၂ ၁၄၂
ဆုရတ်ထားနီး	✆	၀၇၇ ၃၅၅ ၄၁၄ – ၅
ဆတွန်း	✆	၀၇၄ ၇၁၁ ၁၆၂

ထိုင်းနိုင်ငံအတွင်း အရေးပေါ်
အမြန်ဖုန်းနံပါတ်များ ဆက်သွယ်ရန်

☎	၁၉၁	ရဲတပ်ဖွဲ့
☎	၁၉၉	မီးသတ်ဖွဲ့
☎	၁၁၉၂	မော်တော်ဆိုင်ကယ် နှင့် ယာဉ်ခိုးယူပြစ်မှုများ တိုင်ကြားရန်ရဲတပ်ဖွဲ့
☎	၁၆၆၉	အရေးပေါ်သူနာပြုအဖွဲ့
☎	၁၄၁၃	အရက်သေစာ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးရန်စင်တာ
☎	၁၅၅၆	ဆေးဝါး နှင့် ကုန်ပစ္စည်းအတုများ တိုင်ကြားရန် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန
☎	၁၆၆၃	(AIDS) အေအိုင်တီအေတ် ရောဂါ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးနိုင်သည့်အဖွဲ့
☎	၁၃၂၃	စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးဌာန
☎	၁၅၄၆	လူမှုဖူလုံရေး နှင့် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးဝန်ကြီးဌာန

လိမ်လည်လှည့်ဖြားရောင်းစားခံရခြင်း၊ ဖိနှိပ်စော်ကားခံရခြင်း တရားမျှတမှုမရှိခြင်း၊ အလုပ်သမားစသည်တို့ နဲ့ ပတ်သက်ပြီး တိုင်ပင်ဆွေးနွေးလိုရင် အောက်ပါ အစိုးရမဟုတ်တဲ့အဖွဲ့ တွေဆီ ဆက်သွယ်နိုင်ပါသည်

၁ တိုင်းရင်းသားအလုပ်သမား ကျန်းမာရေး နှင့် အသိပညာပေးရေးအစီအစဉ် မက် (ပ်) ဖောင်ဒေးရှင်း

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
– အလုပ်သမားအခွင့်အရေး	– မဲဆောက်	– ၀၅၅ ၅၃၆ ၃၈၁
– အမျိုးသမီးအခွင့်အရေး	– ချင်းမိုင်	– ၀၅၃ ၈၁၁ ၂၀၂
– ကလေးအခွင့်အရေးနှင့် ကလေးပညာရေး		– ၀၉၉ ၁၃၉ ၁၂၁၂

၂ ရောင်ခြည်ဦးအလုပ်သမားအခွင့်အရေးအစည်းအရုံး

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
– အလုပ်သမားအခွင့်အရေး	– မဲဆောက်	– ၀၈၉ ၅၆၅ ၉၈၉၉
– အလုပ်သမားသမဂ္ဂ		– ၀၈၃ ၄၁၁ ၇၈၇၀

၃ အမ်ပါဝါ (EMPOWER)

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
– အမျိုးသမီးအခွင့်အရေး	– ချင်းမိုင်	– ၀၈၃ ၂၈၂ ၅၀၄

၄ အမျိုးသမီးဖောင်ဒေးရှင်း (FFW)

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
– အကြမ်းဖက်မှု	– ဘန်ကောက်	– ၀၂ ၅၁၃ ၁၀၀၁

၅ ခုခံအားကျဆင်းသူများအခွင့်အရေးဖောင်ဒေးရှင်း (FAR)

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
– ကျန်းမာရေးအခွင့်အရေး	– ဘန်ကောက်	– ၀၂ ၁၇၁၅ ၁၃၅ – ၆

၆ ဝေါလ်ဗီရှင်

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
– ပညာရေး	– ဘန်ကောက်	– ၀၂ ၃၈၁ ၈၈၆၃ – ၅
– ကျန်းမာရေး	– ခွန်ကဲန်	– ၀၅၃ ၈၀၅ ၁၃၀

၇ အလုပ်သမားအခွင့်အရေးမြှင့်တင်ရေးအသင်း (LPN)

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
– အလုပ်သမားရေးရာ ကူညီတိုင်ပင်ပေးခြင်း	– မဟာချိုင်း	– ၀၃၄ ၄၃၄ ၇၂၆
	– ရာတ်ချ်ပူးရီး	– ၀၈၆ ၇၆၉ ၈၇၄၂

၈ လူ့အခွင့်အရေးနှင့်ဖွံ့ဖြိုးရေးဖောင်ဒေးရှင်း (HRDF)

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
– အလုပ်သမားအခွင့်အရေး	– ချင်းမိုင်	– ၀၅၃ ၂၂၃ ၀၇၇
– အလုပ်သမားဆွေးနွေးပွဲ	– မဟာချိုင်း	– ၀၃၄ ၄၁၄ ၀၈၇

၉ တာချီလိတ်မြို့ သုတဒါန အသိပညာဖွံ့ဖြိုးရေးအဖွဲ့အစည်း

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
– အလုပ်သမားရေးရာ	တာချီလိတ်	– ၀၉ ၄၄၂ ၆၆၈ ၄၅၁
– လူမှုအဖွဲ့အစည်းဖွံ့ဖြိုးရေး		– ၀၈၀ ၉၅၉ ၇၁၁၃
– စာကြည့်တိုက် နှင့် အိုင်တီ		– ၀၉ ၂၅၄ ၃၀၅ ၃၅၁
– Safe Migration Drop - in Centre		

၁၀ မော်ကွမ်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးအဖွဲ့ (ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားအရင်းအမြစ်ဌာန)

ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ	နေရာ	ဖုန်း
– ကျန်းမာရေး	– ကျိုင်းတုံ	+ ၉၅ ၉ ၄၉၀၃ ၃၄၂၃
– စွမ်းရည်မြှင့်တင်ရေးလုပ်ငန်း		+ ၉၅ ၉ ၅၂၅ ၂၄၈၆
– အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းလုပ်ငန်း		+ ၉၅ ၈၄ ၂၃၉၄၃
– ရွှေ့ပြောင်းလုံခြုံမှုလုပ်ငန်း (Safe Migration)		

တစ်နှစ်တာ လုပ်ငန်းခွင်မှတ်စု ၂၀၁၇

	January	February	March	April	May	June
တနင်္လာ					1	
အင်္ဂါ					2	
ဗုဒ္ဓဟူး		1	1		3	
ကြာသပတေး		2	2		4	1
သောကြာ		3	3		5	2
စနေ		4	4	1	6	3
တနင်္ဂနွေ	1	5	5	2	7	4
တနင်္လာ	2	6	6	3	8	5
အင်္ဂါ	3	7	7	4	9	6
ဗုဒ္ဓဟူး	4	8	8	5	10	7
ကြာသပတေး	5	9	9	6	11	8
သောကြာ	6	10	10	7	12	9
စနေ	7	11	11	8	13	10
တနင်္ဂနွေ	8	12	12	9	14	11
တနင်္လာ	9	13	13	10	15	12
အင်္ဂါ	10	14	14	11	16	13
ဗုဒ္ဓဟူး	11	15	15	12	17	14
ကြာသပတေး	12	16	16	13	18	15
သောကြာ	13	17	17	14	19	16
စနေ	14	18	18	15	20	17
တနင်္ဂနွေ	15	19	19	16	21	18
တနင်္လာ	16	20	20	17	22	19
အင်္ဂါ	17	21	21	18	23	20
ဗုဒ္ဓဟူး	18	22	22	19	24	21
ကြာသပတေး	19	23	23	20	25	22
သောကြာ	20	24	24	21	26	23
စနေ	21	25	25	22	27	24
တနင်္ဂနွေ	22	26	26	23	28	25
တနင်္လာ	23	27	27	24	29	26
အင်္ဂါ	24	28	28	25	30	27
ဗုဒ္ဓဟူး	25		29	26	31	28
ကြာသပတေး	26		30	27		29
သောကြာ	27		31	28		30
စနေ	28			29		
တနင်္ဂနွေ	29			30		
တနင်္လာ	30					
အင်္ဂါ	31					

	July	August	September	October	November	December
တနင်္လာ						
အင်္ဂါ		1				
ဗုဒ္ဓဟူး		2			1	
ကြာသပတေး		3			2	
သောကြာ		4	1		3	1
စနေ	1	5	2		4	2
တနင်္ဂနွေ	2	6	3	1	5	3
တနင်္လာ	3	7	4	2	6	4
အင်္ဂါ	4	8	5	3	7	5
ဗုဒ္ဓဟူး	5	9	6	4	8	6
ကြာသပတေး	6	10	7	5	9	7
သောကြာ	7	11	8	6	10	8
စနေ	8	12	9	7	11	9
တနင်္ဂနွေ	9	13	10	8	12	10
တနင်္လာ	10	14	11	9	13	11
အင်္ဂါ	11	15	12	10	14	12
ဗုဒ္ဓဟူး	12	16	13	11	15	13
ကြာသပတေး	13	17	14	12	16	14
သောကြာ	14	18	15	13	17	15
စနေ	15	19	16	14	18	16
တနင်္ဂနွေ	16	20	17	15	19	17
တနင်္လာ	17	21	18	16	20	18
အင်္ဂါ	18	22	19	17	21	19
ဗုဒ္ဓဟူး	19	23	20	18	22	20
ကြာသပတေး	20	24	21	19	23	21
သောကြာ	21	25	22	20	24	22
စနေ	22	26	23	21	25	23
တနင်္ဂနွေ	23	27	24	22	26	24
တနင်္လာ	24	28	25	23	27	25
အင်္ဂါ	25	29	26	24	28	26
ဗုဒ္ဓဟူး	26	30	27	25	29	27
ကြာသပတေး	27	31	28	26	30	28
သောကြာ	28		29	27		29
စနေ	29		30	28		30
တနင်္ဂနွေ	30			29		31
တနင်္လာ	31			30		
အင်္ဂါ				31		

အာဆီယံ ၁၀ နိုင်ငံမိတ်ဆက် / ASEAN KNOWLEAGE

Square Kilometer | km^2 .... km^2 \ စတုရန်းကီလိုမီတာ

နိုင်ငံ	မြေဧရိယာ /လူဦးရေ	မြို့တော်	ဘာသာစကား	သာသနာ	ငွေ	အချိန်	သင်္ကေတ	မိတ်ဆက်စကား
ထိုင်း	(၅၁၃ , ၁၁၅ km^2) ၆၆ . ၂	ဘန်ကောက်	ထိုင်း	ဗုဒ္ဓ	ဘတ်	GMT + 7.00	ဆင်	ဆဝါဒီ
အင်ဒိုနီးရှား	(၁,၈၉၀,၇၅၄ km^2) ၂၄၈	ဂျာကာတာ	အင်ဒိုနီးရှား	အစ္စလမ်	ရူပီးယား	GMT + 7.00	သစ်ခွပန်း	ဆာလာမတ်ဆီယန်
မလေးရှား	(၃၃၀,၂၅၇ km^2) ၂၉ . ၈	ကွာလာလမ်ပူ	မလေး။	အစ္စလမ်	ရင်းဂစ်	ထိုင်းထက်တစ် နာရီစော	ခေါင်ရမ်းပန်းနှင့် ချယ်ရီပန်း	ဆာလာမတ်သာတန်
ဖိလစ်ပိုင်း	(၂၉၈,၁၇၀ km^2) ၉၂ . ၂	မနီလာ	ဖိလစ်ပင်နိုး နှင့်အင်္ဂလိပ်	ခရစ်ယာန်	ပီဆို	ထိုင်းထက်တစ် နာရီစော	စပယ်ပန်းနှင့်ကျွဲ	ကူမွတ်စကာ
စင်္ကာပူ	(၆၉၇ km^2) ၅ . ၄၆	စင်္ကာပူ	မလေး ၊ တရုတ် အင်္ဂလိပ် ၊ တမင်လ်း	ဗုဒ္ဓ	စင်္ကာပူ ဒေါ်လာ	ထိုင်းထက် တစ်နာရီစော	ခြင်္သေ့	ညီးဟောင်
ဘရူနိုင်း	(၆၇၆၅ km^2) ၄ . ၁	ဘန်ဒါစရီ ဘဂဝမ်	မလေး	အစ္စလမ်	ဘရူးနိုင်း ဒေါ်လာ	ထိုင်းထက်တစ် နာရီစော	ချယ်ရီပန်း	ဆာလာမတ်သာတန်
ဗီယက်နမ်	(၃၃၁,၆၈၉ km^2) ၈၉ . ၇	ဟန္နိုင်း	ဗီယက်နမ်	ဗုဒ္ဓ	တောင်	ထိုင်းနှင်အတူတူ	ကြာပန်း	ချင်ကျောက်
လာအို	(၂၃၆,၈၀၀ km^2) ၆ . ၇	ဗြန်တီအန်	လာအို	ဗုဒ္ဓ	ကစ်	ထိုင်းနှင့်အတူတူ	ဆင် နှင့် တရုတ်စကား	ဆဘိုင်ဒီ
မြန်မာ	(၆၇၆,၅၇၇ km^2) ၅၃ . ၃	နေပြည်တော်	မြန်မာ	ဗုဒ္ဓ	ကျပ်	ထိုင်းထက်မိနစ် ၃၀ နောက်ကျ	ပိတောက်ပန်း	မင်္ဂလာပါ
ကမ္ဘောဒီးယား	(၈၁၈,၀၃၅ km^2) ၁၄ . ၄	ဖနွမ်းပင်	ကမ္ဘောဒီးယား	ဗုဒ္ဓ	ရီယို	ထိုင်းနှင့်အတူတူ	နွားနောက်	ဆွတ်စတေ

အနိမ့်ဆုံးလုပ်အားခ ဥပဒေအသစ် ၂၀၁၇

ထိုင်းနိုင်ငံ လုပ်အားခကော်မတီ ထုတ်ပြန်ကြေညာချက် ပုဒ်မ (၈)

၁ ရက် ဇန်နဝါရီ ၂၀၁၇ မှ အကျုံးဝင်မည်

စဉ်	စုစုပေါင်း ခရိုင်	အနိမ့်ဆုံးလုပ်အားခ	သတ်မှတ်ထားသည့် မြို့နယ် ၊ ခရိုင်များ
၁	၈	၃၀၀	ချုန်းပွန်း ၊ ဒလန် ၊ နခွန်းဆီထမရတ်၊ နလာထိဝ၊ ပါတ်တားနီး၊ ရလာ၊ လနောင်း၊ ဆီပူးရီး၊
၂	၄၉	၃၀၅	ကန်စနပူးရီး၊ ဂါရှင်၊ ကန်းပိုင်းဖိတ်၊ စန်ထပူးရီး၊ ချိုင်းနန့်၊ ချိုင်းပူမိ၊ ချင်းရိုင်း၊ တာခ့်ရ်၊ တာခ့်၊ နခွန်းနိုင်းယုတ်၊ နခွန်းဖနုမ်၊ နခွန်းဆဝန်၊ နန့်၊ ပိုင်ကန်၊ ပူးရီးလန်း၊ ဖယောင်း၊ ပလာကျုပ်ခီးရီးခန်၊ဖတ်ထလုန်း၊ဖိစစ်၊ဖိဆနူးလုပ်၊ဖေစ့်ပူးရီး ဖေစ့်ဘူး၊ ဖယ့်၊ မဟာဆရခရမ်း၊ မုတ်တာဟန် မယ်ဟောင်ဆွန်၊ ရက်ဆိုထောင်း၊ လွိုင်းအိတ်၊ ရတ်ပူရီး၊ လုပ်ပူရီး၊ လမ်းပန်း၊ လမ်းဖွန်း၊ လွေးဆီဆဂိတ်၊ ဆကွန်နခွန်း၊ ဆတွန်း၊ ဆမွတ်ဆုန်ခရာမ်း၊ ဆကျောက်၊ ဆူကိုထိုင်း၊ ဆူဖန်းပူးရီး၊ ဆူးလိန်း၊ နောင်ခိုင်း၊ နောင်ပိုးလမ်းဖွန်း၊ အန်ထောင်း၊ အမ်းနတ်စလင်း၊ အူထိုင်းထားနီး၊ အူတာလာလိတ်၊ အူထိုင်းထားနီး၊ အူပွန်းရတ်ဆထာနီး
၃	၁၃	၃၀၈	ကပီ၊ ခွန်ကိုင်၊ ချချိုင်းဆောင်၊ ချွန်းပူးရီး၊ ချင်းမိုင်နခွန်းလာတ်ရီမား၊ ပရာစိန်းပူးရီး၊ ဖနခွန်းဆီအယုထယား၊ ဖန်ငါး၊ လယောင်း၊ ဆုန်ခရာ၊ ဆရာပူးရီး၊ ဆူရတ်ထားနီး
၄	၇	၃၁၀	ဘန်ကောက် ၊ နခွန်းပထုမ်၊ နွန်ထပူးရီး၊ ပထုမ်းထားနီး၊ ဖူးကေတ်၊ ဆမွတ်ပရာကန်း၊ ဆမွတ်ဆာခွန်း

နှစ်နိုင်ငံသဘောတူစာချုပ်လွှာ (MOU) မြန်မာနိုင်ငံမှ ထိုင်းနိုင်ငံသို့ ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်မှု ကုန်ကျစရိတ်များ

စဉ်	မိခင်နိုင်ငံအတွင်းရှိနေစဉ် အလုပ်သမား ၁ ယောက်ကုန်ကျစရိတ်များ	ကျပ်ငွေ
၁	ပတ်စ်ပို့စ်ခ၊ သယ်ယူပို့ဆောင်ခ၊ အစားအသောက်ခ၊ စာရွက်စာတမ်းခ	၃၄,၀၀၀
၂	အပြင်ရှိဆေးရုံဆေးခန်း၌ ဆေးစစ်ခ၊ ဆေးခ	၁၅,၀၀၀
၃	အလုပ်သမားကဒ်ပြုလုပ်ခ	၁,၀၀၀
၄	သဘောတူစာချုပ်၊ မိတ္တူကူး နှင့် လက်မှတ်လုပ်ခ	၉,၅၀၀
၅	နေပြည်တော်တို့ EMS ဖြင့်စာပို့ခ၊ ဝန်ထမ်းခ၊ သံရုံးဆိုင်ရာအသုံး စရိတ်	၅,၀၀၀
၆	MOEAF ထောက်ခံစာတောင်းခံခြင်း	၁,၀၀၀
၇	အင်တာဗျူးလုပ်စဉ် ရန်ကုန်၌တည်းခိုခ	၃,၀၀၀
၈	ရန်ကုန်မှ မန္တလေးသို့ခရီးသွားစရိတ်	၁၀,၀၀၀
၉	မန္တလေး၌ရောက်ရှိချိန် သုံးရက်စာ အသုံးစရိတ်	၁၀,၀၀၀
၁၀	စမတ်ကဒ်ပြုလုပ်ခ၊ ဓါတ်ပုံရိုက်ခ၊ မိတ္တူကူးခ	၃,၅၀၀
၁၁	နယ်စပ်ဖြတ်ကျော်ချိန် ပေးဆောင်ရသည့်နယ်စပ်ဖြတ်ကျော်ခ	၂,၀၀၀
၁၂	သင်တန်းပေး လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်ပေးခ	၅၀,၀၀၀
၁၃	ဂိတ်များ၌ပေးဆောင်ရသည့် အထွေထွေပေးဆောင်ခ	၆,၀၀၀
	စုစုပေါင်း	**၁၅၀,၀၀၀**

၂၀၁၂ – ၂၀၁၅ ခုနှစ်၌ ပြည်ထဲရေးဝန်ကြီးဌာနရှိ ဘဏ္ဍာရေးဌာနမှ လူတစ်ယောက်လျှင် ကျပ်ငွေ ၁၀,၀၀၀ ကျပ် တောင်းခံယူ။

စဉ်	ကိုယ်သွားရောက်မည့် နိုင်ငံ၏အလုပ်ရှင်မှအလုပ်သမားတစ်ယောက်အပေါ်ကြိုတင်စိုက်ထုတ်ထားပေးသော ဘတ်ငွေ ၁၀,၀၀၀ သည်အလုပ်သမားတစ်ယောက်ချင်းစီ၏ လစာမှပြန်လည်နုတ်ယူမည်)	ဘတ်ငွေ
၁	၂ နှစ်ဗီဇာ	၁,၁၀၀
၂	ဆေးစစ်ဆေးခနှင့် လုပ်ငန်းခွင်သို့ကားခ နှင့်အစာအသောက်ခ	၁,၃၀၀
၃	အလုပ်သမားလက်မှတ် လုပ်ဆောင်ခ	၃,၈၀၀
၄	ကျန်းမာရေးအာမခံကဒ် လုပ်ဆောင်ခ	၁,၃၀၀
၅	ထိုင်းဘက်ခြမ်းရှိ Thai DOE နှင့် ထိုင်းလူဝင်မှုကြီးကြပ်ရေးမှစစ်ဆေးခ	၆၀၀
၆	ထိုင်းဘက်ခြမ်း၌ ဝန်ဆောင်ခ	၁,၉၀၀
	စုစုပေါင်း	**၁၀,၀၀၀**

နတ်တော် - ပြာသို

၁၃၇၈

တနင်္ဂနွေ	တနင်္လာ	အင်္ဂါ	ဗုဒ္ဓဟူး
1 ပြာသိုလဆန်း ၄	2	3	4
8	9	10	11
15	16	17	18
22	23	24	25
29	30	31	

ကြာသပတေး	သောကြာ	စနေ	မှတ်သားဖွယ်ရာ
5	6	7	
12 ပြာသိုလပြည့် ●	13 ပြာသိုလဆုတ် ၁	14	
19	20	21	
26	27 ပြာသိုလကွယ် ○	28 တပို့တွဲလဆန်း ၁	

4th လွတ်လပ်ရေးနေ့ 16th ထိုင်းအာစရိယနေ့ 14th ကလေးများနေ့

28th တရုတ်နှစ်သစ်ကူးနေ့

တနင်္ဂနွေ	တနင်္လာ	အင်္ဂါ	ဗုဒ္ဓဟူး
			1
5	6	7	8
12 တပို့တွဲလဆုတ် ၁	13	14	15
19	20	21	22
26 တပေါင်းလဆန်း ၁	27	28	

FEBRUARY 2017

ကြာသပတေး	သောကြာ	စနေ	မှတ်သားဖွယ်ရာ
2	3	4	
9	10	11 တပို့တွဲလပြည့် ●	
16	17	18	
23	24	25 တပို့တွဲလကွယ် ○	

7th ရှမ်းပြည်နယ်နေ့ 12nd ပြည်ထောင်စုနေ့ 14th ချစ်သူများနေ့

တနင်္ဂနွေ	တနင်္လာ	အင်္ဂါ	ဗုဒ္ဓဟူး
			1
5	6	7	8
12 တပေါင်းလပြည့် ●	13 တပေါင်းလဆုတ် ၁	14	15
19	20	21	22
26	27 တပေါင်းလကွယ် ○	28 တန်ခူးလဆန်း ၁	29

March 2017

ကြာသပတေး	သောကြာ	စနေ	မှတ်သားဖွယ်ရာ
2	3	4	
9	10	11	
16	17	18	
23	24	25	
30	31		

2nd တောင်သူလယ်သမားနေ့

8th ကမ္ဘာ့အမျိုးသမီးများနေ့

တနင်္ဂနွေ	တနင်္လာ	အင်္ဂါ	ဗုဒ္ဓဟူး
30			
2	3	4	5
9	10	11 တန်ခူးလပြည့် ●	12 တန်ခူးလဆုတ် ၁
16 သင်္ကြန်အတက်	17	18	19
23	24	25 တန်ခူးလကွယ် ○	26 ကဆုန်လဆန်း ၁ ရက်

April 2017

ကြာသပတေး	သောကြာ	စနေ	မှတ်သားဖွယ်ရာ
		1	
6	7	8	
13 သင်္ကြန်အကြိုနေ့	14 သင်္ကြန်အကျ	15 သင်္ကြန်အကြတ်	
20	21	22	
27	28	29	

6th ချက္ကရီဘုရင်နန်းတက်သောနေ့   17th နှစ်ဆန်းတစ်ရက်နေ့

28th လုပ်ငန်းခွင်ဘေးကင်းလုံခြုံရေးနေ့

တန်ခူး - ကဆုန် ၁၃၇၉

တနင်္ဂနွေ	တနင်္လာ	အင်္ဂါ	ဗုဒ္ဓဟူး
	1	2	3
7	8	9	10 ကဆုန်လပြည့် ●
14	15	16	17
21	22	23	24
28	29	30	31

MAY 2017

ကြာသပတေး	သောကြာ	စနေ	မှတ်သားဖွယ်ရာ
4	5	6	
11 ကဆုန်လဆုတ် ၁	12	13	
18	19	20	
25 ကဆုန်လကွယ် ○	26 နယုန်လဆန်း ၁ ရက်	27	

1st ကမ္ဘာ့အလုပ်သမားနေ့ 10th ညောင်ရေသွန်းပွဲတော်နေ့ 8th ကြက်ခြေနီနေ့

5th ထိုင်းလယ်ထွန်မင်္ဂလာတော်နေ့ 9th ထိုင်းမင်္ဂလာတော်ပျိုးကျဲနေ့

ကဆုန် - နယုန်

၁၃၇၉

တနင်္ဂနွေ	တနင်္လာ	အင်္ဂါ	ဗုဒ္ဓဟူး
4	5	6	7
11	12	13	14
18	19	20	21
25	26	27	28

JUNE 2017

ကြာသပတေး	သောကြာ	စနေ	မှတ်သားဖွယ်ရာ
1	2	3	
8	9 နယုန် လပြည့် ●	10 နယုန် လဆုတ် ၁	
15	16	17	
22	23 နယုန် လကွယ် ○	24 ဝါဆိုလဆန်း ၁ ရက်	
29	30		

5th ကမ္ဘာ့သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေးနေ့ 19th ဒေါ်အောင်ဆန်းစုကြည်မွေးနေ့

26th မူးယစ်ဆေးဝါးဆန့်ကျင်ရေးနေ့ 20th ကမ္ဘာ့ဒုက္ခသည်များနေ့

တနင်္ဂနွေ	တနင်္လာ	အင်္ဂါ	ဗုဒ္ဓဟူး
30	31		
2	3	4	5
9 ဝါဆိုလဆုတ် ၁	10	11	12
16	17	18	19
23 ဝါဆိုလကွယ် ○	24 ဝါခေါင်လဆန်း ၁ ရက်	25	26

July 2017

ကြာသပတေး	သောကြာ	စနေ	မှတ်သားဖွယ်ရာ
		1	
6	7	8 ဝါဆိုလပြည့် ●	
13	14	15	
20	21	22	
27	28	29	

1st နှစ်ဝက်ဘဏ်ပိတ်ရက် 19th အာဇာနည်နေ့ 8th ဝါဆိုလပြည့် ဓမ္မစကြာနေ့

ဝါဆို - ဝါခေါင်

၁၃၇၉

တနင်္ဂနွေ	တနင်္လာ	အင်္ဂါ	ဗုဒ္ဓဟူး
		1	2
6	7 ဝါခေါင် လပြည့် ●	8 ဝါခေါင် လဆုတ် ၁ ရက်	9
13	14	15	16
20	21 ဝါခေါင် လကွယ် ○	22 တော်သလင်းလဆန်း ၁ ရက်	23
27	28	29	30

AUGUST 2017

ကြာသပတေး	သောကြာ	စနေ	မှတ်သားဖွယ်ရာ
3	4	5	
10	11	12	
17	18	19	
24	25	26	
31			

8th မြန်မာ့ဒီမိုကရေစီအရေးတော်ပုံနေ့ 12nd နိုင်ငံတကာလူငယ်များနေ့ ၊ ထိုင်းမိဖုရားကြီးမွေးနေ့

9th နိုင်ငံတကာတိုင်းရင်းသားလူမျိုးစုများနေ့ 8th အာဆီယံ အဖွဲ့အစည်းတည်ထောင်သည့်နေ့

ဝါခေါင် - တော်သလင်း

တနင်္ဂနွေ	တနင်္လာ	အင်္ဂါ	ဗုဒ္ဓဟူး
3	4	5 ● တော်သလင်း လပြည့်	6 တော်သလင်း လဆုတ် ၁
10	11	12	13
17	18	19	20 ○ တော်သလင်းလကွယ်
24	25	26	27

September 2017

ကြာသပတေး	သောကြာ	စနေ	မှတ်သားဖွယ်ရာ
	1	2	
7	8	9	
14	15	16	
21 သီတင်းကျွတ်လဆန်း ၁	22	23	
28	29	30	

21st နိုင်ငံတကာငြိမ်းချမ်းရေးနေ့

တနင်္ဂနွေ	တနင်္လာ	အင်္ဂါ	ဗုဒ္ဓဟူး
1	2	3	4
8	9	10	11
15	16	17	18
22	23	24	25
29	30	31	

OCTOBER 2017

ကြာသပတေး	သောကြာ	စနေ	မှတ်သားဖွယ်ရာ
5 ● သီတင်းကျွတ်လပြည့်	6 သီတင်းကျွတ်လဆုတ် ၁ ရက်	7	
12	13	14	
19 ○ သီတင်းကျွတ်လကွယ်	20 တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း ၁	21	
26	27	28	

23rd ထိုင်းဘုရင်များနေ့ 24th ထိုင်းဘုရင်နေ့၏အစားထိုးပိတ်ရက်

24th ကမ္ဘာ့ကုလသမဂ္ဂနေ့ 5th ကမ္ဘာ့ဆရာများနေ့ 5th မီးထွန်းပွဲနေ့

တနင်္ဂနွေ	တနင်္လာ	အင်္ဂါ	ဗုဒ္ဓဟူး
			1
5	6	7	8
12	13	14	15
19 နတ်တော်လဆန်း ၁ ရက်	20	21	22
26	27	28	29

NOVEMBER 2017

ကြာသပတေး	သောကြာ	စနေ	မှတ်သားဖွယ်ရာ
2	3 ● တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်	4 တန်ဆောင်မုန်းလဆုတ် ၁	
9	10	11	
16	17	18 ○ တန်ဆောင်မုန်းလကွယ်	
23	24	25	
30			

3rd လွှိုင်းကရထုန်းနေ့(မီးဖောင်မျှောပွဲ) 20th ကမ္ဘာ့ကလေးများနေ့ 13rd အမျိုးသားနေ့

25th အမျိုးသမီးနှင့် ကလေးသူငယ်များအား အကြမ်းဖက်မှုဆန့်ကျင်ရေးနေ့ 18th ရှမ်းနှစ်သစ်ကူး

တနင်္ဂနွေ	တနင်္လာ	အင်္ဂါ	ဗုဒ္ဓဟူး
31 တစ်နှစ်တာ နောက်ဆုံးနေ့			
3 ● နတ်တော်လပြည့်	4 နတ်တော်လဆုတ် ၁	5	6
10	11	12	13
17 ○ နတ်တော်လကွယ်	18 ပြာသိုလဆန်း ၁ ရက်	19	20
24	25	26	27

DECEMBER 2017

ကြာသပတေး	သောကြာ	စနေ	မှတ်သားဖွယ်ရာ
	1 ထိုင်းဘုရင် မဟာဝချီရာလုံးကွန်း နန်းတက်နေ့	2	
7	8	9	
14	15	16	
21	22	23	
28	29	30	

1st ကမ္ဘာ့အေ့စ်ရောဂါတိုက်ဖျက်ရေးနေ့ 10th ထိုင်းဥပဒေများနေ့ 18th ကရင်နှစ်သစ်ကူး

18th ကမ္ဘာ့ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားနေ့ 25th ခရစ္စမတ်နေ့ 5th ထိုင်းဘုရင်မွေးနေ့တော်

MO TU WE TH FR SA SU

Date ..../ ..../ 2017

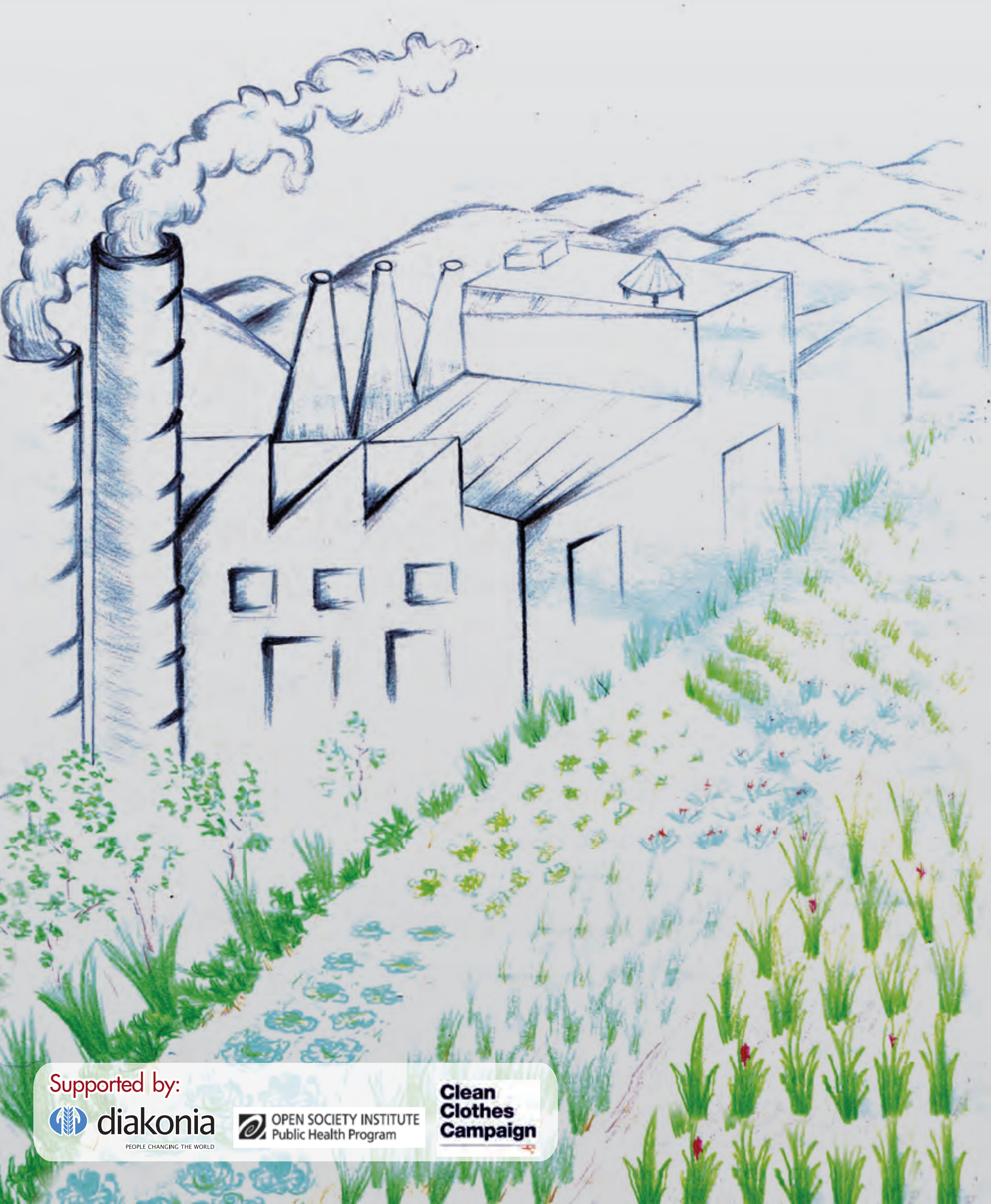
MO TU WE TH FR SA SU

Date ..../ ..../ 2017

Chiang Mai Office
P.O.Box 7. Chiangmai University, Chiang Mai 50202.
053 811 202 Fax. 053 271 551

Mae Sot Office
No. 1/5, Ameena Uthit Road, Mae Sot, Tak, 63110
/ Fax. : 055 536 381 media@mapfoundationcm.org

Website: www.mapfoundationcm.org listen online radio at www.mapradio.org



Supported by:
diakonia
PEOPLE CHANGING THE WORLD
OPEN SOCIETY INSTITUTE
Public Health Program
Clean Clothes Campaign